

Научная статья
УДК 159.9.072
<https://doi.org/10.24158/spp.2021.12.33>

Исследование связи между стрессом, количеством проводимого в Интернете времени и удовлетворением потребностей с помощью Интернета среди студентов

Кирилл Олегович Галин

Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина, Тамбов, Россия,
it.cirogalin@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0002-5515-7270>

Аннотация. Целью статьи является изучение связи между стрессом, количеством проводимого в Интернете времени и удовлетворением потребностей студентов с помощью Всемирной сети. В исследовании приняли участие 74 обучающихся Педагогического института. На основе полученных данных авторы приходят к выводу, что между уровнем стресса и временем, проводимым в виртуальном пространстве, есть взаимосвязь. Помимо этого, обнаружена корреляция между временем в Интернете и реализацией престижных и духовных потребностей на его площадках. При этом биологический возраст респондентов имел меньшее значение при оценке удовлетворения этих потребностей. Установлена взаимосвязь между показателями уровня стресса, самоощущением одиночества и удовлетворением экзистенциальных потребностей. Отсутствует существенное воздействие стресса и времени в виртуальном пространстве на те потребности, которые опрошенные удовлетворяли в Интернете. Обозначены перспективы дальнейшего изучения данной проблемы.

Ключевые слова: Интернет, молодежь, одиночество, поведение в Интернете, потребности, психология, социализация, стресс, студенты

Для цитирования: Галин К.О. Исследование связи между стрессом, количеством проводимого в Интернете времени и удовлетворением потребностей с помощью Интернета среди студентов // Общество: социология, психология, педагогика. 2021. № 12. С. 221–224. <https://doi.org/10.24158/spp.2021.12.33>.

Original article

The study on the relationship between stress, time spent on the Internet and meeting needs using Internet among students

Kirill O. Galin

Tambov State University named after G.R. Derzhavin, Tambov, Russia,
it.cirogalin@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0002-5515-7270>

Abstract. The purpose of the article is to study the relationship between stress, time spent on the Internet and meeting students' needs using World Wide Web. The study involved 74 students of the Pedagogical Institute. Based on the data obtained, we concluded that there is a relationship between stress levels and the time spent on the Internet. In addition, a link has been found between time spent on the Internet and pursuing prestigious and spiritual needs on the Internet. At the same time, the biological age of the respondents was less important in meeting these needs on the Internet. The correlation was found between measures of stress level, the feeling of loneliness and satisfaction of existential needs. However, no significant role of stress and time on the Internet was found in relation to the needs that respondents satisfied on the Internet. The study identifies the further ways of studying this problem.

Keywords: Internet, youth, loneliness, Internet behavior, needs, psychology, socialization, stress, students

For citation: Galin, K.O. (2021) The study on the relationship between stress, time spent on the Internet and meeting needs using Internet among students. *Society: Sociology, Psychology, Pedagogics*. (12), 221–224. Available from: [doi:10.24158/spp.2021.12.33](https://doi.org/10.24158/spp.2021.12.33) (In Russian).

На протяжении последних лет наблюдается масштабная интеграция цифровых технологий в общественную жизнь. Данный процесс влияет на систему социальных ценностей, затрагивая все сферы жизни человека. На фоне этого происходит интеграция нового поколения в социум, а Интернет выступает одним из ключевых факторов социализации. В связи с этим перед научным сообществом стоит задача мониторинга воздействия Всемирной сети на молодое поколение для выяснения и предотвращения возможных рисков.

Необходимо отметить, что возраст пользователей постепенно снижается. А.Н. Веракса с соавторами в результате исследования, направленного на изучение особенностей использова-

ния цифровых устройств, пришли к выводу, что примерно 94 % современных дошкольников активно применяют их и лишь 6 % детей или не имеют к ним доступа, или обращаются к ним исключительно для связи (Особенности использования цифровых устройств..., 2020: 89).

Помимо этого, нужно учесть результаты исследования Э.В. Патракова о современных детско-родительских отношениях, при которых в подавляющем большинстве случаев родители испытывают затруднения с контролем сложных ситуаций, связанных с поведением ребенка в Интернете. Иногда проблемы представляют собой симптомокомплекс поведенческих проявлений подростков (Патраков, 2019: 138). Ввиду этого возрастает значимость первичной профилактики безопасного использования цифровых устройств, безопасного поведения в Интернете, чье влияние может быть как негативным, так и позитивным.

В.А. Плешаков проанализировал потребности, которые люди удовлетворяют с помощью Интернета, и пришел к выводу, что пользователи демонстрируют разноплановое использование доступа ко Всемирной сети. В него входит удовлетворение социальных, познавательных, духовных, престижных, физиологических и экзистенциальных потребностей (Плешаков, Кочнев, 2013: 96).

В 2018 г. западными исследователями был проведен опрос на тему о том, вызывают ли технологии и (или) социальные сети стресс. По его результатам 76 % респондентов ответили «да», 19 – «нет», 5 % – не были уверены (Nahai, 2018: 690). Из этого следует, что большинство пользователей могут испытывать субъективные ощущение стресса, вызываемые технологиями или социальными сетями.

Изучая влияние стресса на развитие зависимости от Интернета среди подростков, китайские психологи пришли к выводу, что при повышении уровня стресса молодые люди склонны обращаться к сети для его снижения. В свою очередь, это увеличивало вероятность появления зависимости от виртуального пространства (Feng et al., 2019).

Исследуя связь между стрессом и активностью в Интернете, нейробиологи пришли к выводу, что у респондентов с зависимостью от онлайн-игр была ослаблена выработка кортизола (Stress vulnerability..., 2017: 247).

Однако следует учесть мотивацию использования Интернета. В результате исследования, проведенного среди американских студентов колледжа, психологи пришли к выводу, что количество часов в неделю в сети не было связано с воспринимаемым стрессом (Deatherage et al., 2014: 44). При этом те респонденты, которые обращались к виртуальным площадкам для его избегания, были подвержены более длительному стрессу, а те, кто пытался с помощью Интернета улучшить жизнь и овладеть навыками контроля над собственным состоянием, испытывали меньше стресса (Deatherage et al., 2014: 45).

Из теоретического обзора научных работ по выявлению связи между стрессом и временем в Интернете следует, что данный вопрос становится все более актуальным во всем мире, а исследования проводятся среди представителей разных возрастных групп.

Целью нашей работы является изучение связи между стрессом, временем в Интернете и удовлетворяемыми с его помощью потребностями у студентов. Гипотезой послужило предположение о наличии связи между уровнем стресса, количеством времени, проведенного в сети, и видом потребностей, которые респонденты при этом удовлетворяют.

Исследование проводилось на базе Педагогического института Тамбовского государственного университета им. Г.Р. Державина среди студентов второго курса. Общее число респондентов составило 74, из них 56 девушек и 18 юношей, средний возраст – 20 лет.

Для проверки гипотезы применялись следующие методики:

- 1) экспресс-диагностика состояния стресса К. Шрайнера;
- 2) опросник удовлетворяемых потребностей в Интернете В.А. Плешакова;
- 3) шкала одиночества Д. Рассела в адаптации Н.Е. Водопьяновой.

В опросную анкету добавлены следующие параметры: пол; курс; возраст; среднее время, проведенное в Интернете за 24 ч, включая просмотр сериалов, фильмов, социальных сетей; опыт использования Интернета; периодичность обращения к видеоиграм. После получения данных подсчитано среднее арифметическое и стандартное отклонение по каждому параметру, а также составлена корреляционная матрица. Коэффициент корреляции высчитывался согласно формуле Пирсона.

На рисунке 1 продемонстрирована корреляционная плеяда, составленная на основе корреляционной матрицы. Шкала уровня стресса находится в положительных связях со шкалами субъективного ощущения одиночества (0,297) и времени, проводимого в Интернете (0,283). В свою очередь, корреляция между шкалой самоощущения одиночества и шкалой опыта в Интернете равна 0,088. Из этого следует, что больший опыт не может являться единственным фактором в развитии самоощущения одиночества. Шкала экзистенциальных потребностей, удовлетворяемых в виртуальном пространстве, находится в положительных корреляционных связях со шкалой уровня стресса (0,443) и шкалой субъективного ощущения одиночества (0,404).



Рисунок 1 – Корреляционные плеяды, состоящие из шкал «уровень стресса», «субъективное ощущение одиночества», «среднее время, проведенное в Интернете за 24 ч», «опыт использования Интернета», «удовлетворение престижных потребностей», «удовлетворение духовных потребностей», «удовлетворение экзистенциальных потребностей»

По мнению В.А. Плешакова, экзистенциальные потребности в Интернете удовлетворяются благодаря анонимности и чувству безопасности для самооценки, что позволяет виртуальной среде создавать комфортные условия для более открытого применения (Плешаков, Кочнев, 2013: 94). Таким образом, увеличенные показатели уровня стресса в совокупности с повышенной степенью самоощущения одиночества могут свидетельствовать об использовании Всемирной сети для удовлетворения экзистенциальных потребностей.

Как проиллюстрировано на рисунке 2, шкала удовлетворения престижных потребностей находится в положительной связи с показателями времени в Интернете (0,322) и опыта в Интернете (0,351). При этом корреляция между возрастом и удовлетворением престижных потребностей составила $-0,028$, а удовлетворением духовных потребностей $-0,41$.



Рисунок 2 – Корреляционные плеяды, состоящие из шкал «возраст», «опыт использования Интернета», «удовлетворение престижных потребностей», «удовлетворение духовных потребностей»

В результате исследования мы пришли к следующим выводам. На основании положительной связи между параметрами уровня стресса, субъективного ощущения одиночества и времени, проводимого в Интернете, можно заключить, что они взаимосвязаны. В свою очередь, это частично подтверждает обозначенную ранее гипотезу, демонстрируя корреляцию между показателями уровня стресса и количества времени в сети. Определение и изучение причинно-следственной связи между этими критериями представляют интерес для последующих исследований.

На основе обнаруженной корреляции между параметрами удовлетворения экзистенциальных потребностей в Интернете, уровнем стресса и субъективным ощущением одиночества следует заключить, что студенты с повышенным стрессом и субъективным ощущением одиночества в большей степени используют условия виртуальных площадок для реализации экзистенциальных потребностей.

Рассмотрев возможность удовлетворения престижных и духовных потребностей в Интернете, мы пришли к выводу, что опыт и время, проводимое в сети, имеют взаимосвязь с удовлетворением этих потребностей в большей степени, чем биологический возраст. Более опытные пользователи рассматривают Всемирную сеть как один из способов достижения успеха и обогащения знаний. Ввиду того что исследование осуществлялось на выборке из студентов одного возраста, представляет интерес анализ разных возрастных групп для подробного изучения данной взаимосвязи.

Из обнаруженной связи между шкалами самоощущения одиночества и опыта в Интернете следует, что больший опыт не может быть единственным фактором в развитии ощущения одиночества. Исследования в этом направлении могут быть продолжены для выявления корреляции между самоощущением одиночества, опытом и поведением в сети.

Таким образом, гипотеза исследования не была полностью подтверждена. Обнаружены связи между уровнем стресса и временем, проводимым в Интернете, а также между временем в сети и реализацией престижных и духовных потребностей. Реализация экзистенциальных потребностей также коррелирует с уровнем стресса. Однако не установлено значимое влияние стресса и времени, которое студенты проводят в виртуальном пространстве, на потребности, удовлетворяемые во Всемирной сети.

В данной работе рассматривается лишь один из аспектов проблемы. Перспективы дальнейшего исследования мы видим в более детальном изучении связи стресса, чувства одиночества и поведения в Интернете на выборке респондентов разных возрастных групп.

Список источников:

Особенности использования цифровых устройств современными дошкольниками / А.Н. Веракса, Д.А. Бухаленкова, Е.А. Чичина, О.В. Алмазова // Социологические исследования. 2020. № 6. С. 82–92. <https://doi.org/10.31857/S013216250009455-3>.

Патраков Э.В. Подростки и интернет: реакции родителей // Сибирский психологический журнал. 2019. № 72. С. 129–144. <https://doi.org/10.17223/17267080/72/7>.

Плешаков В.А., Кочнев А.О. Исследование познавательных потребностей студентов в киберпространстве // Вестник Череповецкого государственного университета. 2013. № 2-2 (48). С. 93–96.

Deatherage S., Servaty-Seib H.L., Aksoz I. Stress, Coping, and Internet Use of College Students // Journal of American College Health. 2014. Vol. 62, no. 1. P. 40–46. <https://doi.org/10.1080/07448481.2013.843536>.

Feng Y., Ma Y., Zhong Q. The Relationship Between Adolescents' Stress and Internet Addiction: A Mediated-Moderation Model // Frontiers in psychology. 2019. No. 10. P. 2248. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02248>.

Nahai F. The Stress Factor of Social Media // Aesthetic Surgery Journal. 2018. Vol. 38, no. 6. P. 689–691. <https://doi.org/10.1093/asj/sjy002>.

Stress vulnerability in male youth with Internet Gaming Disorder / M. Kaess, P. Parzer, L. Mehl, L. Weil, E. Strittmatter, F. Resch, J. Koenig // Psychoneuroendocrinology. 2017. Vol. 77. P. 244–251. <https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2017.01.008>.

References:

Deatherage, S., Servaty-Seib, H.L. & Aksoz, I. (2014) Stress, Coping, and Internet Use of College Students. *Journal of American College Health*. 62 (1), 40–46. Available from: doi:10.1080/07448481.2013.843536.

Feng, Y., Ma, Y. & Zhong, Q. (2019) The Relationship Between Adolescents' Stress and Internet Addiction: A Mediated-Moderation Model. *Frontiers in Psychology*. (10), 2248. Available from: doi:10.3389/fpsyg.2019.02248.

Kaess, M., Parzer, P., Mehl, L., Weil, L., Strittmatter, E., Resch, F. & Koenig, J. (2017) Stress vulnerability in male youth with Internet Gaming Disorder. *Psychoneuroendocrinology*. 77, 244–251. Available from: doi:10.1016/j.psyneuen.2017.01.008.

Nahai, F. (2018) The Stress Factor of Social Media. *Aesthetic Surgery Journal*. 38 (6), 689–691. Available from: doi:10.1093/asj/sjy002.

Patrakov, E.V. (2019) Adolescents and the Internet: Parents' Reactions. *Siberian Journal of Psychology*. (72), 129–144. Available from: doi:10.17223/17267080/72/7. (In Russian)

Pleshakov, V.A. & Kochnev, A.O. (2013) Research of students' cognitive needs in cyberspace. *Cherepovets State University Bulletin*. (2-2), 93–96. (In Russian)

Veraksa, A.N., Bukhalenkova, D.A., Chichinina, E.A. & Almazova, O.V. (2020) Digital devices use by pre-school children today. *Sotsiologicheskie Issledovaniya*. (6), 82–92. Available from: doi:10.31857/S013216250009455-3. (In Russian)

Информация об авторе

К.О. Галин – аспирант Тамбовского государственного университета имени Г.Р. Державина, Тамбов, Россия.

Information about the author

K.O. Galin – PhD student, Tambov State University named after G.R. Derzhavin, Tambov, Russia.

Статья поступила в редакцию / The article was submitted 26.11.2021;
Одобрена после рецензирования / Approved after reviewing 07.12.2021;
Принята к публикации / Accepted for publication 23.12.2021.